

Catalogue

LIGUE
BRETAGNE
FFHANDBALL



APPEL À PROJET

Opérations de reprise



On est Tous Handba!!EURS

Saison 2021/2022



La situation sanitaire qui dure depuis plusieurs mois nous a obligé à nous réinventer en permanence. Faire revenir les licencié(e)s et en attirer de nouveaux sont deux objectifs primordiaux pour le Handball et ses associations.

*Nous vous proposons à travers ce **catalogue d'actions**, des idées à mettre en place sur cette période de reprise. Certaines de ces actions sont déjà mises en place dans les clubs et fonctionnent.*

Retrouver du lien, le plaisir de jouer et de se rencontrer

Dans le cadre de [l'appel à Projet](#), ce livret peut également vous accompagner dans la recherche d'actions à mettre en place et pourquoi pas participer à l'option Challenge.

Nous espérons que ce catalogue sera un petit coup de pousse dans la relance ou le développement de vos activités.

Belle saison à vous !

Le Bureau Directeur de la Ligue de Bretagne

Pour retrouver l'ensemble des documents en lien avec le plan de reprise du Handball et la campagne de communication « Je veux du handball », cliquez sur les liens ci-dessous :

[Campagne de communication « Je veux du handball »](#)

[Appel à projet « Démarche à suivre, inscriptions... »](#)

*ON EST TOUS
Handball!!EURS*



LES HANDBALLS

Pour jouer en toute tranquillité, fais-toi vacciner !

Mesures à partir du 9 août 2021*



FFHANDBALL

sportifs

EN SALLE



La pratique de tous les handballs est autorisée sans restrictions, avec contact, en salle et en plein air dans le respect du protocole sanitaire (désinfection mains et ballons)

PLEIN AIR



PASS SANITAIRE

Moins de 12 ans : pas de pass sanitaire demandé
12 - 17 ans : dérogation accordée jusqu'au 30 septembre
18 ans et plus : pass sanitaire exigé dans les établissements recevant du public (couvert et plein air). Dans l'espace public, le pass sanitaire est exigé uniquement pour les participants à des compétitions déclarées ou autorisées.



public

EN SALLE



Jauge à 100%
Respect du protocole sanitaire (distanciation physique, port du masque)

PLEIN AIR



PASS SANITAIRE

Moins de 12 ans : pas de pass sanitaire demandé
12 - 17 ans : dérogation accordée jusqu'au 30 septembre
18 ans et plus : pass sanitaire exigé dans les établissements recevant du public (couvert et plein air). Dans l'espace public, le pass sanitaire est exigé uniquement pour les participants à des compétitions déclarées ou autorisées.



organisateurs - encadrants



TousAntiCovid Verif

L'organisateur de l'événement (match, tournoi, plateau ...) ou l'encadrant de l'activité (entraînement, initiation...) chargé du contrôle du pass sanitaire des personnes accueillies quel que soit le nombre de participants (selon les cas, c'est la collectivité, gestionnaire de la salle, qui souhaitera s'en charger : à voir localement)

- il utilise l'application « **TAC Vérif** » (à télécharger sur son smartphone).
- il scanne le QR Code présenté par la personne.
- il tient un registre indiquant son nom ainsi que les jours et horaires des contrôles effectués.

LICENCIÉS

Contrôle unique (si possible) si la personne est vaccinée.
Contrôle systématique dans les autres cas

**PUBLIC &
ACCOMPAGNATEURS**

Contrôle systématique de toute personne accueillie.

*sous réserve de l'évolution des mesures gouvernementales



- Organiser des journées Portes Ouvertes
- Organiser une journée club
- Opération « Invite un copain ou une copine »
- Organiser des temps conviviaux
- Faire une tournée des city-stades d'une communauté de communes
- Mise en place de tournois
- Mise en place de tournois Parents / Enfants
- Mettre en place un tournoi de Hand à 4 pour les partenaires
- Intervenir en milieu Scolaire
- Proposer des Stages durant les vacances scolaires
- Créer ses supports de communication et de promotion Interne
- Créer une commission jeune
- Mobiliser le service civique
- Proposer des actions éco-hand
- Proposer des courses d'orientation, Run and Bike, ...
- Proposer des défis Kok-Lhanda, Parcours du combattant...
- Handfit en entreprise → Fiches pratiques LBHB
- Créer une section Handfit → Fiches pratiques LBHB
- Créer une section Baby Hand → Fiches pratiques LBHB



POURQUOI ?

Organiser une journée portes ouvertes, permet de rendre visible votre association et faire découvrir votre activité. Les raisons d'organiser un tel événement sont nombreuses et variées. Augmenter le nombre de licenciés, attirer de nouveaux bénévoles, faire découvrir l'association à de nouveaux partenaires...

Une **journée porte ouverte** est un moment de rencontre, entre votre association et vos publics, qu'ils soient licenciés, non licenciés et partenaires, voir simple curieux/observateurs... Cela permet également de montrer aux partenaires privés et publiques, votre dynamisme.

COMMENT ?

- Identifier l'objectif de ces portes ouvertes (Attirer un nouveau public, Rencontrer de nouveaux partenaires, Promotion d'une section sportive...).
- Identifier le public cible...
- Identifier le lieu et l'horaire opportun pour avoir le plus de chance possible d'accueillir le public cible.
- Définir la période, en lien avec votre objectif, qui permettra de positionner cette journée.
- Communiquer efficacement: Affichage dans les commerces et les écoles, Affichage sur les panneaux dynamique des municipalités, S'appuyer sur la presse locale en amont et après l'événement, ...

QUOI ?

Matériels : Flyers, Affiches pour promouvoir l'activité, l'évènement,

Humains : Une personne se chargeant de l'accueil et ayant la connaissance de la structure, portant le projet, des bénévoles pour accueillir les non licenciés, partenaires, etc.

POUR ALLER PLUS LOIN

- S'associer aux événements de la commune ou de l'Inter-Communalité (Forum des assos, fête du sport,...)
- Proposer l'action sur plusieurs moments de la saison
- Prendre contact avec les écoles, publiques, privés, collège
- Opération « Invites ta ou ton pote » en parallèle





POURQUOI ?

La journée club permet de rassembler l'ensemble des licenciés de l'association lors d'un évènement convivial. Cette action peut mettre en avant les échanges, le partage.. Pour les **élus**, c'est l'occasion de pouvoir discuter de façon informelle avec les licenciés et parents. Pour les **licenciés** c'est l'occasion de se retrouver et d'aller à la rencontre des autres, avec qui nous avons habituellement peu de temps pour échanger. Pour les **parents** c'est l'occasion de **rencontrer** les représentants de l'association et bénévoles, de comprendre le fonctionnement de la structure et de partager un moment avec leurs enfants...

COMMENT ?

- Identifier le public concerné (Bénévoles, Licencié(e)s, Equipe(s)).
- Identifier les moments les plus opportuns (Avant, Début, Fin de saison... En soirée , en journée proche du Weekend...).
- Identifier la fréquence de ces moments (1 fois par an... 2 fois, etc.)
- Choisir le format de la journée (Repas, Tournoi, Jeux...)
- Proposer aux équipes d'organiser la journée, ou aux parents, laisser une prise d'autonomie dans sa mise en place...
- Communiquer pour attirer (Mailing, flyers & affichage, Réseaux Sociaux)

QUOI ?

Matériels : Tables, bancs/chaises ?, Couverts, Tente sous toile ?

Humains : Organiser la mise en place, Gérer les repas (Grillades, pique nique ?)

Financier: Tarif à définir par le club

POUR ALLER PLUS LOIN

- S'associer à une autre association ex: Concert, Asso culturel,...
- Voir tournoi parents/enfants
- Tournoi Molky, Pétanque, Palet, ...





POURQUOI ?

La découverte d'un nouveau sport peut se faire par le biais d'une connaissance.. Beaucoup de licenciés sont fidélisés par le facteur social que notre activité permet de mettre en avant. Que ce soit sur les publics jeunes ou adultes, des actions diverses et variées sont à mettre en place. Inviter un copain ou une copine sur un entraînement, sur un tournoi amical, lors d'un entraînement avec moment convivial après, sur une journée conviviale etc. C'est l'occasion de faire découvrir votre club et d'augmenter le nombre de licenciés. Il est également possible de mobiliser cette action autour du bénévolat...

COMMENT ?

- Identifier l'objectif principal de votre action
- Identifier le ou les publics concernés
- Identifier la ou les dates potentielle(s) de l'action
- Identifier le ou les lieux de l'action et dates opportunes
- Définir les besoins humains, matériels et financiers.
- Mobiliser vos bénévoles et équipes autour du projet
- Communiquer de façon efficace en identifiant la cible et moyens de communication opportuns (affiches, réseaux sociaux, presse, écoles, mairie, etc.).
- Créer des [licences évènementielles](#)

QUOI ?

Matériels : En plus du matériel prévu pour l'activité proposée, prévoir un outil visuel (Flyers, affiches, autres... permettant de donner une information rapide au non licencié sur l'activité de votre club... et les démarches pour s'inscrire.

Humains : Selon votre opération, définir un nombre de bénévoles, entraîneur nécessaire et identifier les tâches de chacun, pour attirer et fidéliser le non licencié.

POUR ALLER PLUS LOIN

- Mise en place par un [service civique](#)
- Faire une demande de prêt de matériel au près de la LBHB
- Proposer une action sur la licence ou valorisation au près des joueurs qui permettent de créer une nouvelle licence

Ecoles
Cycles
1 - 2 - 3

Gymnase
Ou
Extérieur

DÉVELOPPEMENT
PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
SCOLAIRE
PARTAGE

SOMMAIRE



POURQUOI ?

Que ce soit dans les associations ou dans le domaine professionnel, les temps de convivialité permettent de renforcer les liens entre les différents acteurs. Ce temps d'échange participe aux valeurs de respect, de considération, de reconnaissance, d'ouverture, du goût du contact, facilite les dialogues et améliore la communication aux autres. Ces temps peuvent être l'occasion d'échanger et de mobiliser autour d'un projet.

En plus de l'aspect sportif et physique, c'est bien souvent cet aspect convivial que recherchent les licenciés et leurs parents.

De la même manière, ce sont à travers ces temps que les bénévoles vont donner du sens à leur engagement et leur présence. C'est le moyen de les remercier, les fidéliser ou les récompenser.

COMMENT ?

- Identifier le public concerné (Bénévoles, Licencié(e)s, Equipe(s)).
- Identifier les moments les plus opportuns (Horaires, Jour, Avant ou Après la compétition, Début ou fin de saison...)
- Identifier la fréquence de ces moments (Ex: Chaque samedi matin, 1 fois par mois, le dernier vendredi avant les vacances scolaires, lors de l'assemblée Générale ...)
- Choisir une action conviviale (Ex : Repas des bénévoles, Petit déjeuner du samedi pour les encadrants de l'école de hand, Aller voir un match de Haut Niveau, Activité suivie d'un repas,

...

QUOI ?

Matériels : Outils de communication, Réseaux sociaux,

Humains : Une équipe bénévole pour organiser et favoriser la mise en œuvre.

Budget : Boisson, hébergement, nourriture

POUR ALLER PLUS LOIN

- Jeux de cohésion
- Temps d'échange, Sortie organisée (Vacances, Fin de saison...)
- Participer à un tournoi de fin de saison

Adultes
Jeunes
Familles
Bénévoles

Gymnase
Ou
Extérieur

DÉVELOPPEMENT
PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
PARTAGE
CONVIVIALITÉ

Faire une tournée des city-stades d'une communauté de communes

LIGUE
BRETAGNE
FFHANDBALL



POURQUOI ?

Visibilité, Accessibilité, Promotion du Handball pour tous, Proximité, ... Autant de raisons qui sont favorables à la découverte de ces espaces extérieurs. En lien avec nos offres de pratiques Hand à 4, Minihand, Premier pas, Babyhand, Hanfit, vous pouvez proposer des actions visant à faire découvrir la pratique en vous déplaçant dans l'ensemble des villes. C'est également l'occasion d'établir ou de pérenniser les liens avec les diverses institutions et vos municipalités.



COMMENT ?

- Identifier l'objectif principal de cette tournée
- Identifier le ou les publics concerné(s)
- Identifier la ou les dates potentielle(s) de l'action
- Identifier le ou les lieux de pratiques, faire une demande officielle à votre maire, communauté des communes
- Définir les besoins humains, matériels et financiers.
- Mobiliser vos bénévoles et équipes autour du projet
- Communiquer de façon efficace en identifiant la cible et moyens de communication opportuns (affiches, réseaux sociaux, presse, écoles, mairie, etc.).
- Se rendre visible le jour « J »: balisage et habillage du site

QUOI ?

Matériels : Un espace extérieur visible, matériel léger à transporter en lien avec l'activité choisi, une surface sécurisée.

Humains : Un entraîneur référent + bénévoles pour encadrer l'évènement, une personne responsable de la communication,

POUR ALLER PLUS LOIN

- Mise en place par la commission développement du club
- Faire une demande de prêt de matériel au près de la LBHB
- Proposer l'action sur des parkings de centre commerciaux

Ecoles
Cycles
1 - 2 - 3

Gymnase
Ou
Extérieur

DÉVELOPPEMENT
PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
SCOLAIRE
ÉDUCATION

SOMMAIRE



POURQUOI ?

Organiser un tournoi peut permettre de répondre à plusieurs objectifs, de convivialité, de préparation sportive, de découvertes, de récolte de fonds, de fin de cycle scolaire, etc. Cette opération peut permettre de remobiliser vos bénévoles autour d'un réel projet et renouer également avec le jeu et la compétition. Cette action peut également être un moyen d'investir vos effectifs, sur la saison actuelle ou en prévision de la saison prochaine. En intérieur, en extérieur en mobilisant les nombreux sites à proximité de votre association (City stade, Stade, Plage, ...), libre cours à votre imagination pour identifier le ou les lieux qui répondront le mieux à votre/vos objectif(s).

COMMENT ?

- Identifier l'objectif principal du tournoi
- Identifier le ou les publics concernés
- Identifier la ou les dates potentielles du tournoi
- Identifier le/les lieux de pratiques, faire une demande officielle à votre maire, communauté des communes
- Définir les besoins humains, matériels et financiers.
- Définir la formule du tournoi (Règlement, etc.)
- Mobiliser vos bénévoles, les parents et équipes autour du projet
- Communiquer de façon efficace en identifiant la cible et moyens de communication opportuns (affiches, réseaux sociaux, presse, écoles, mairie, etc.).



QUOI ?

Matériels : Organisation des terrains (Tracés, buts, ...), Sono, Communication visuelle (Banderoles,

Humains : Bénévoles pour gérer l'organisation du tournoi (Buvette, Accueil, Sécurité,...) + Arbitres (Faire appel aux autres clubs du secteurs si besoin, à la Ligue, aux clubs participants). Identifier la personne ressource pour gérer la communication, etc.)

POUR ALLER PLUS LOIN

- Organiser un tournoi avec le secteur
- Laisser une équipe de parents organiser le tournoi
- Intégrer l'école d'arbitrage du club et inviter celles du secteur

Ecoles
Jeunes
Adultes

Gymnase
Ou
Extérieur

DÉVELOPPEMENT
PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
SCOLAIRE
ÉDUCATION

SOMMAIRE



POURQUOI ?

L'objectif 1^{er} de la mise en place de ces tournois est de favoriser un moment d'échange entre les papas, mamans et leurs enfants. Dans un contexte où il est parfois difficile de trouver du temps, vous pouvez être l'un de ces acteurs leur permettant de se réunir.

Un second objectif pourrait être de créer un moment convivial au sein de votre association. Vous pouvez également mobiliser cet événement pour accueillir de nouveaux licenciés et leurs parents. C'est l'occasion de faire découvrir l'activité handball aux parents et faire la promotion d'une offre de pratique Loisirs, Handfit. Cela peut aussi permettre aux parents de mieux comprendre ce que ressentent leurs enfants en pratiquant cette activité. Enfin cela peut permettre de présenter le club, de connaître les parents et leurs activités et donc d'identifier de nouveaux bénévoles ou partenaires du club.



COMMENT ?

- Identifier l'objectif de la mise en place de cette action
- Identifier le public sur lequel mettre en place cette action
- Identifier la journée et l'horaire opportun pour sa mise en place
- Communiquer efficacement sur cette action en interne et en externe
- Identifier les ressources bénévoles dont vous avez besoins et leurs missions
- Possibilité de laisser les parents, enfants mettre en place l'action
- Et après ? Evaluer votre action, remercier, solliciter les parents pour s'investir
- Utiliser la pratique Hand à 4, beach handball, Handfit...

QUOI ?

Matériels : Terrain de hand ou hand à 4, beach handball, ballon,

Humains : Arbitre(s), Responsable(s) table de marque, Responsable(s) buvette

POUR ALLER PLUS LOIN

- Mise en place par les [services civiques](#)
- Faire la promotion d'une activité HandFit en parallèle
- [Lien HandFit](#)
- [Lien Hand à 4](#)

**Parents
Enfants**

**Gymnase
Ou
Extérieur**

**DÉVELOPPEMENT
PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
PARENTALITÉ
ÉDUCATION**

SOMMAIRE



Mettre en place un tournoi de hand à 4 pour les partenaires

LIGUE
BRETAGNE
FFHANDBALL



POURQUOI ?

Plusieurs constats peuvent émerger sur l'offre de partenariat d'un club: difficulté de se démarquer des autres, difficulté de mobiliser les partenaires les soirs de matchs, difficulté de créer un temps d'échange (entre les partenaires / entre les partenaires et les joueurs).

Ce sera donc un moyen de faire découvrir l'activité à vos partenaires, répondre aux besoins des salariés d'entreprises, en terme de convivialité, dépense physique, recherche de plaisir..



COMMENT ?

- Identifier l'objectif principal, (attirer de nouveaux partenaires, fidéliser nos partenaires, diversifier votre offre de pratique...)
- Planifier le tournoi (Date, Lieu, Occasion, etc.)
- Décider de la politique tarifaire du tournoi (différence de prix entre partenaire et prospect ?)
- Communiquer en interne et en externe, envoyer un mail aux entreprises concernées..
- Prévoir un outil d'évaluation pour connaître l'impact de ce tournoi sur votre objectif
- Prévoir un outil pour recenser les données des nouveaux partenaires
- Proposer une maquette en y intégrant le tournoi partenaire...

QUOI ?

Matériels : Buts de hand à 4, ballons, chasubles...

Humains : Arbitre, Responsable du tournoi, Responsable communication...

Financier : T-shirt de l'événement – buffet d'après-tournoi - ...

POUR ALLER PLUS LOIN

- Faire une demande de prêt de matériel au près de la LBHB
- Proposer des prestations Handfit, Hand à 4, pour les entreprises...

Partenaires
Nouveaux
partenaires

Gymnase
Extérieur
Entreprises

DÉVELOPPEMENT
PLAISIR
PARTENAIRES
RELATIONNEL
COMMUNICATION
ÉVÉNEMENTIEL

SOMMAIRE



POURQUOI ?

Bien que la pratique des sports collectifs soit interdite à l'école, vous pouvez tout de même intervenir ! Il faudra évidemment faire les démarches nécessaires et respecter le [protocole sanitaire](#).

L'objectif est de permettre aux élèves de poursuivre, en toute sécurité, une activité contribuant à leur **épanouissement** et au **renforcement de l'esprit d'équipe**, dans un contexte où le risque de **sédentarité**, de **repli sur soi** et d'**isolement** est accentué par la situation sanitaire actuelle. La pratique d'une activité physique et sportive régulière est un **facteur déterminant de bonne santé physique et psychique**, à court comme à long terme.



COMMENT ?

- S'assurer d'être agréé ou faire une demande d'agrément.
- Prendre contact avec l'école et rassurer sur la capacité à adapter les séances au [protocole sanitaire](#).
- Mise en place d'un projet pédagogique.
- Préparer sa séance avec des ateliers de passes, motricité, tirs, parcours, slalom, relais, etc.



QUOI ?

Matériels : Kits Mini-Hand, Cage Securit, ...

Humains : animateur - enseignant

POUR ALLER PLUS LOIN

- [Documents Scolaires Plan de Relance](#)
- Kit - Matériel
- [Défis connectés USEP Bretagne et Ligue Bretagne Handball](#)
- [Intervention Handball dans les écoles](#)
- [Repères Pour l'Organisation de l'Éducation Physique et Sportive](#)

Ecoles
Cycles
1 - 2 - 3

Gymnase
Ou
Extérieur

DÉVELOPPEMENT
PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
SCOLAIRE
ÉDUCATION

SOMMAIRE

Proposer des stages durant les vacances

**LIGUE
BRETAGNE
FFHANDBALL**



POURQUOI ?

Ils peuvent avoir différents objectifs: Permettre aux enfants d'avoir une activité pendant les vacances, favoriser plus de temps d'entraînements (perfectionnement), faire du lien entre les catégories (âge ou sexe), ... Cela peut être également l'occasion de proposer un stage payant, visant à financer vos projets associatifs.

Ex: Stage de perfectionnement, Stage d'arbitrage, Stage Gardien de But, Stage Multisports, Stage d'initiation..



COMMENT ?

- Identifier l'objectif de la mise en place de cette action
- Identifier le public sur lequel mettre en place cette action
- Proposer un planning prévisionnel du ou des stages sur la saison
- Faire une planification du stage
- Identifier les ressources humaines, financières, matériels
- Communiquer en avant, pendant et après le stage
- Prendre contact avec des prestataires et réserver.
- Si avec hébergement, faire une déclaration au près de la Direction Départemental d la Cohésion Sociale

QUOI ?

Matériels : Matériel pédagogique, motricité, handball + (si hébergement) prévoir organisation repas, etc.

Humains : Encadrement bénévole ou professionnel (selon si le stage est payant)

POUR ALLER PLUS LOIN

- Mise en place par la commission Jeune
- Financer un projet d'équipe
- Inclure des matchs amicaux...
- Utiliser le stage comme support de formation à l'arbitrage et d'animateur
- <https://www.jeunes.gouv.fr/Accueils-collectifs-de-mineurs-ACM>
- [Stage d'été LBHB](#)

Jeunes
Adultes
Arbitres

Gymnase
Ou
Extérieur

DÉVELOPPEMENT
PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
SCOLAIRE
VACANCES

SOMMAIRE



POURQUOI ?

Pour promouvoir notre activité et accompagner au mieux nos événements. Vous pouvez créer vos propres supports de communication. Que ce soit à l'aide de supports numériques et/ou de réseaux sociaux, d'affiches créées par votre commission jeunes ou l'utilisation de prestataires extérieurs, vous avez un large choix pour communiquer sur vos actions, votre club, vos résultats, ...



COMMENT ?

- Définir le thème de la communication et le public cible
- Choisir un outil support (Affiches, Réseaux sociaux, Flyers, Banderoles, Vidéos, Podcast, Presse, Ligue...)
- Prévoir la maquette de l'affiche. (Avoir accès à une banque de données (Photos, Images *Attention aux droits d'auteurs))
- Identifier la ou les date(s), la période et les éléments importants à faire ressortir.
- Définir la date pour la communication de ces supports (En fonction de l'outil utilisé et de l'objectif défini).
- S'appuyer sur les compétences au sein du club – faire appel à un prestataire
- Créer une commission communication et se répartir les tâches
- S'appuyer sur les événements de haut niveaux (Jeux Olympiques, Equipes de France, ...)
- Investir dans des supports pour habiller votre salle ou vos événements (banderoles, roll-up, Oriflamme, ...)

QUOI ?

Matériels : Ordinateurs, Imprimantes, Papier format adaptés, Feutres, Crayons, etc.

Humains : 1 ressource qui maîtrise les outils informatiques, 1 ressource qui maîtrise l'utilisation des réseaux sociaux, 1 ressource extérieure (Prestataires), Presse

Financier : Définir un budget communication

POUR ALLER PLUS LOIN

- Proposer la mission à un(e) étudiant(e)
- [Campagne « Je veux du Hand »](#)
- Faire financer vos supports par un partenaire

Licenciés
Non
licenciés
Partenaires

Interne
Externe

SOMMAIRE

JE VEUX DU
HAND
TOUS DANS LA FILE D'ATTENTE
**DÉVELOPPEMENT
COMMUNICATION
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
ÉVÉNEMENTS
RÉSEAUX SOCIAUX**



POURQUOI ?

Dans le cadre des actions menées en faveur des adolescents dans votre association, vous pouvez créer une commission jeunes. Celle-ci a pour but principal de les faire participer davantage aux projets qui les concernent. Cela leur permettrait d'échanger, d'en débattre et de les mener à bien.

Une volonté : aider les jeunes issus de l'association à devenir autonome.

Un constat : le bénévolat et l'investissement des jeunes évoluent considérablement

Une décision : créer une commission jeunes dont la gestion leur est confiée.



COMMENT ?

- Identifier un responsable du projet
- Rédiger le projet de la commission jeune et définir deux à trois projets à proposer aux jeunes
- Proposer aux jeunes de chaque catégorie dès le -11/-13 d'intégrer la commission
- Planifier une première réunion de présentation de la commission
- Proposer des créneaux et dates pour la mise en place de ces réunions, identifier un lieu pour que la commission puisse se réunir.
- Être présent et accompagner les jeunes. Accepter les erreurs et les corriger avec eux.
- Les laisser proposer d'autres projets
- Valoriser les jeunes qui s'investissent

QUOI ?

Matériels : Salle de réunion, petits matériels, matériel informatique ?

Humains : 1 Référent commission jeunes, 1 ou 2 jeunes responsable(s) de la commission + suppléant

POUR ALLER PLUS LOIN

- Mise en place par un service civique ?
- Organiser des petits déjeuners ou goûters pour les réunions
- Proposer des projets d'équipes et clubs...
- Créer une boîte à idée

-11 / -13 /
-15 / -18

Salle de
réunion

DÉVELOPPEMENT
PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
JEUNES
AUTONOMIE

SOMMAIRE



POURQUOI ?

C'est un engagement volontaire au service de l'intérêt général qui peut être effectué auprès d'associations, de collectivités territoriales, de coopératives ou d'établissements publics pour les jeunes de 16 à 25 ans sans condition de diplôme, ni de compétences spécifiques (30 ans pour les personnes en situation de handicap). Les jeunes peuvent être étudiants ou salariés en même temps qu'ils effectuent leur service civique (mais attention les missions prennent 24 heures minimum par semaine).



COMMENT ?

- Prendre contact avec la Ligue → 5300000.VQUINTIN@ffhandball.net
- Une structure pourra accueillir 1 ou 2 volontaires maximum.
- Une mission pourra débuter entre le 1er SEPTEMBRE 2021 et le 31 DECEMBRE 2021. Pour cela, l'ébauche de projet (tableau de mission) devra être envoyée 3 semaines avant la date de début souhaitée.
- Le nombre de mois du projet d'accueil est de 8 mois maximum.
- Le volume horaire est toujours de 24h par semaine minimum.

QUOI ?

Matériels : Salle de réunion, petits matériels, matériel informatique ?

Humains : 1 Tuteur du ou des services civique(s), + relationnel avec les autres bénévoles

Financiers :

POUR ALLER PLUS LOIN

- [Mobiliser le service civique LBHB](#)

16 ans /
25 ans
Handicap
30ans

Salle de
réunion

DÉVELOPPEMENT
PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
JEUNES
AUTONOMIE

SOMMAIRE

Proposer des courses d'orientation, Run and Bike, ...

LIGUE
BRETAGNE
FFHANDBALL



POURQUOI ?

Dans le contexte actuel nos publics souhaitent maintenir une activité, physique, collective en alliant **dépassement de soi et plaisir**. La contrainte d'une pratique en extérieur nous pousse à la réflexion suivante :

Pourquoi ne pas s'essayer collectivement à des pratiques comme le running, les courses d'orientation et le Run and Bike... et permettre de maintenir avec des pratiques alternatives, la **motivation et la convivialité** de nos pratiquants et familles ?



COMMENT ?

- Le Run and bike, est une épreuve sportive généralement pratiquée lors d'un raid nature.
- C'est un sport qui se pratique par **équipe** de deux. Le principe est d'alterner course à pied et VTT, l'équipe disposant d'un vélo pour deux coureurs.
- Dans le même principe la **Course d'Orientation** peut se pratiquer dans un espace sécurisé, de pleine nature, vous pouvez utiliser les balises déjà disposées (se rapprocher des Comités, Ligue de course d'orientation).
- Vous pouvez également proposer des thématiques... « chasse aux œufs, carte au trésor, Bretagne Express...
- Vous pouvez également utiliser les applications de running pour fixer des défis par équipe, club, secteur... ex: Parcourir le max de km, dessiner...

QUOI ?

Matériels : Cartes géographique, Vélo, Running, Application Running

Humains : Animateur au départ de la course, Bénévoles sur des lieux potentiellement à risque, animateur à l'arrivée.

POUR ALLER PLUS LOIN

- [Ligue Bretagne Course d'orientation](#)
- [Vidéo Facebook Run and Bike Lesneven](#)

-15 ans
+16 ans

Forêt
Chemins
Sentiers
Parc...

PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
NATURE
VITESSE
DÉCOUVERTE

SOMMAIRE

Proposer des défis Koh-Lhanda, Parcours du Combattant...

LIGUE
BRETAGNE
FFHANDBALL



POURQUOI ?

Dans le contexte actuel nos publics souhaitent maintenir une activité, Physique, Collective en alliant **dépassement de soi** et **Plaisir**. L'adaptation dont nous devons faire preuve, nous permet de **repousser nos limites** dans une dimension mentale importante. C'est pourquoi ces pratiques peuvent-être un réel outil pour montrer à chacun d'entre nous, combien nous sommes capables de nous dépasser et d'atteindre ensemble un objectif.



COMMENT ?

- Définir un lieu de pratique, s'équiper du matériel nécessaire ou faire appel à une structure spécialisée.
- Ces activités peuvent être proposées le temps d'une séquence d'entraînement, lors d'une séance complète ou journée de cohésion.
- La **sécurité** est essentielle pour mener à bien votre action.
- Laisser libre cours à **votre imagination** et faites de ce moment une immersion totale dans le thème choisi... Vos athlètes se sentiront comme de **vrais aventuriers** ou **sportifs de haut niveau** prêts à relever tous les défis... s'entraîner dehors sous la pluie ne sera plus qu'une question de plaisir !

QUOI ?

Matériels : Nature (Éléments naturels, arbres, plages, mer, etc.), Matériels pédagogiques et de motricité, Pharmacie, etc.

Humains : Animateur, Ressources extérieures (Entreprises spécialisées)...

POUR ALLER PLUS LOIN

Inspirez-vous de livres, émissions sportives ou télé en lien avec ces thématiques. Renseignez-vous sur les structures qui proposent ce genre d'activités.

Tout
Public

Plage
Terrain
Beach

PLAISIR
CITOYENNETÉ
RELATIONNEL
NATURE
DÉFIS
DÉPASSEMENT DE SOI

SOMMAIRE



POURQUOI ?

La dimension éco-responsable doit prendre plus d'ampleur dans notre quotidien de sportif. Nous avons la chance de pouvoir occuper de nombreux espaces verts, pour la pratique d'un nouveau Handball. Pourquoi ne pas renforcer le lien avec la nature, le respect de l'environnement et le plaisir de jouer ?

Trois bienfaits : 1) pour l'environnement en général ; 2) pour notre environnement particulier, à savoir le lieu de pratique ; 3) pour nos quadriceps et ischio-jambiers puisque qu'on enchaîne les squats.



COMMENT ?

Le concept est le suivant, peut importe le lieu de pratique où vous vous trouvez :

- Proposer une fois par mois ou sur chaque séance, **une action éco-hand** visant à trier les déchets, ramasser les mégots, etc. Tout ceci en vous équipant de gants, sacs poubelles et poubelles de tri.
- Vous pourrez également vous appuyer sur votre projet pour montrer aux instances locales, **les bienfaits de notre activité** en extérieur.
- Notre sport est porteur de **valeurs**, le respect des lieux de pratique en fait partie.
- Vous pouvez également organiser une collecte de déchets sur une matinée, pique-niquer puis mettre en place une rencontre de beach Handball ou hand à 4 (en respectant le [protocole sanitaire](#)).
- N'hésitez pas à communiquer sur votre action (Réseaux sociaux, Presse, Partenaires, Collectivités, Ecoles...)

QUOI ?

Matériels : Gants, Sacs poubelles, Poubelles de tri sélectifs

Humains : Animateur référent éco-responsable

POUR ALLER PLUS LOIN

- [Sport.gouv – Développement durable](#)
- [#GOAL2030 – Projet Eco-Responsable FFHB](#)



Tout
Public

Plage
Stade
City
Forêt...

DÉVELOPPEMENT DURABLE

CITOYENNETÉ

RELATIONNEL

ÉDUCATION

LIEN SOCIAL

NATURE

SOMMAIRE

Pour nous contacter :

5300000.vquintin@ffhandball.net

Responsable développement - Finistère

5300000.mmoya@ffhandball.net

Chargée de développement - Côtes d'Armor

5300000.cgallo@ffhandball.net

Chargée de développement - Ille et Vilaine

5300000.fbaloche@ffhandball.net

Chargé de développement - Morbihan

Pour s'informer :

[Site Bretagne Handball BZH](#)

[Campagne de communication « Je veux du handball »](#)

[Appel à projet « Démarche à suivre, inscriptions... »](#)

[Guide des formations 2021-2022 – ITFE Bretagne](#)

Pour partager vos actions :



[Bienveill'Hand HBZH](#)

